

# やまがら

広報

No.736

2022年(令和4年)

8.1

1975年(昭和50年)4.1創刊

## 関川村の夏

えちごせきかわ大したもん蛇まつり



ギネス認定 **世界一**  
えちごせきかわ  
たいじゃ  
大したもん蛇まつり

えちごせきかわ大したもん蛇まつり  
**大蛇**

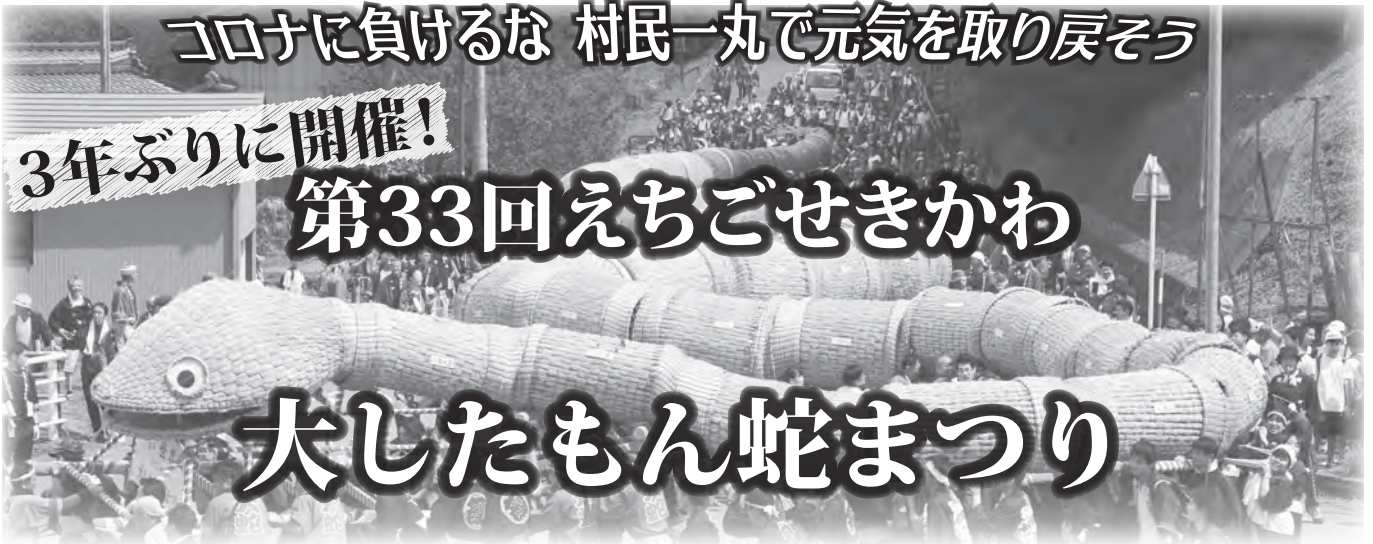


コロナに負けるな 村民一丸で元気を取り戻そう

3年ぶりに開催!

# 第33回えちごせきかわ

# 大したもん蛇まつり



「第33回えちごせきかわ大したもん蛇まつり」が、8月26日(金)から27日(日)の日程で、3年ぶりに開催します。

大蛇パレードは、ゆくむ前から役場の間の往復とし、コースを縮小して行います。

また、花火大会は行いますが、大盆踊り大会は中止とします。

そのほか安全祈願祭でのミニ大蛇パレード中止など、従来どおりの内容ではありませんが、コロナ禍を打ち破るべく、村民一丸となって村のシンボル「大したもん蛇」を担ぎ上げ、村内外に關川村の元気をアピールしましょう!

## まつり日程

8月26日(金)

安全祈願祭(ミニ大蛇パレード中止)

・午後5時30分から

・おりのの碑(蛇喰集落)

8月27日(土)

花火大会(大盆踊り大会中止)

・午後7時から

・高瀬温泉周辺

8月28日(日)

大蛇パレード

・午前11時スタート

・ゆくむ前↓役場↓ゆくむ前

## 歴代ポスターの振り返り



2016年(第29回)ポスター



2017年(第30回)ポスター



2018年(第31回)ポスター



2019年(第32回)ポスター



2022年(第33回)ポスター





## 楽しいまつりとするために ご協力をお願いします

### 花火大会・8月27日(土)

- ◆高瀬温泉周辺と花火打上げ場所周辺では、16時から花火終了まで交通規制を行いますので、係員の指示に従ってください。
- ◆転落・交通事故防止のため、道路上、温泉橋・川口橋・丸山大橋上での見物は禁止します。
- ◆花火打上げ場所付近一帯は、立ち入り禁止区域になります。

### 大蛇パレード・8月28日(日)

- ◆道の駅周辺では、8時から15時まで交通規制を行います。
- ◆パレードを見物される方やゆくむなどを利用する方の駐車場は荒川河川敷となります。
- ◆パレード中は、係員の指示に従ってください。

### 大蛇担ぎ手を募集しています!

希望される方は、8月11日(木)までに各集落区長さんへ申し込みください。

感染症対策の観点から担ぎ手は、中学生以上の方で、村内居住者または村内勤務者など村関係者に限定させていただきます。

#### ●問い合わせ先

大したもん蛇まつり実行委員会  
(役場 地域政策課内)

☎64-1478

## 感染症対策

◆花火大会、大蛇パレードを見物される方は、次のことにご留意願います。

- ①飛沫を抑制するため、大声での会話や歓声は控えてください。
- ②屋外であっても他人との距離が保てない場合はマスクを着用してください。
- ③手洗い、手指消毒を徹底してください。
- ④飲食は、指定された飲食可能な場所で行うとともに他人との距離を保てない場合は自粛してください。
- ⑤新潟県が提供する「新潟県新型コロナウイルスお知らせシステム(LEINE)」や厚生労働省が提供する「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCCA)」の活用をお願いします。



新潟県新型コロナウイルス  
お知らせシステム

新型コロナウイルス接触確認アプリ  
COCOA

Android用



iPhone用



◆大蛇の担ぎ手の皆さんには、健康観察のほか抗原検査の実施をお願いします。



## 2050新潟カーボンゼロチャレンジPRイベントを行います

脱炭素社会の実現に向けた県事業の一環として、8月28日に道の駅で、県内の大学生がPRイベントを行います。

当日は、学生のほか、よしもと新潟住みます芸人の大谷哲也さんも来村予定です。

詳しい情報は、「新潟ゼロチャレ」で検索するか左記のQRコードからご確認ください。



#### ●問い合わせ先

役場 地域政策課 脱炭素推進室

☎64-1478

# 永年の尽力と 功績をたたえて 自治功労者表彰

自治功労者表彰に11名の皆さんが選ばれました。受賞されるのは、永年にわたり自治の発展や振興、教育・文化の向上、体育スポーツの発展などに尽くされた方々や団体で、村が2年に1度表彰しています。

受賞者は、7月5日に開かれた村長の諮問機関である「ほう賞審査委員会」で決定されたもので、表彰式は8月2日に村民会館で行われます。

## 特別職



渡邊 秀雄さん  
(勝蔵)

＊平成17年12月から平成27年7月までと令和元年8月から現在に至るまでの12年7か月間、村議会議員として地方自治の発展に尽くされました。

【現職】

## 教育・体育・文化



河内 宗さん  
(沢)

＊平成20年4月から令和2年3月までの12年間、村体育協会員（平成20年4月から平成26年3月まで副会長、平成26年4月から令和2年3月まで会長）として教育、体育の向上に尽くされました。



新野 明美さん  
(南赤谷)

＊平成14年から現在に至るまでの19年4か月間、村社会教育委員兼公民館運営審議会委員（平成17年副会長）として教育、体育の向上に尽くされました。

【現職】



渡邊 道子さん  
(下関)

＊平成5年5月から平成17年5月までと平成25年6月から令和3年5月までの20年間、村社会教育委員兼公民館運営審議会委員として、教育、体育の向上に尽くされました。



鈴木 孝昭さん  
(下関)

＊平成5年4月から現在に至るまでの29年間、スポーツ推進委員としてのほか、平成16年4月から現在に至るまでの17年4か月間、社会教育委員兼公民館運営審議会委員として教育、体育の向上に尽くされました。

【現職】



安久 佐知江さん  
(上野)

＊平成9年4月から現在に至るまでの25年間、スポーツ推進委員として、教育、体育の向上に尽くされました。

【現職】



河内 貢さん  
(湯沢)

＊平成22年から現在に至るまでの12年間、放課後子ども教室見守りボランティアとして、教育の向上、文化の継承に尽くされました。  
【現在も活動中】



田村 清一さん  
(平内新)

＊平成22年から現在に至るまでの12年間、放課後子ども教室見守りボランティアとして、教育の向上、文化の継承に尽くされました。  
【現在も活動中】

地域環境



伊藤 四郎さん  
(下川口)

＊平成17年に関川村ホタルの会を設立。現在に至るまで17年間会長として、地域環境の保全、向上に尽くされました。  
【現在も活動中】

▽平成6年

新潟県ホタル保護指導員に認定

▽平成7年～平成16年

村内各地でホタルの生息調査を実施し、村内3箇所を生息地に選定  
▽新潟県ホタルの会総会、全国ホタルの会総会の関川村開催への協力の小学校や集落への出前講座を実施

交通安全



須貝 勝さん  
(高田)



須貝 範子さん  
(高田)

＊平成21年から現在に至るまでの13年間、児童・生徒の登校時に街頭に立ち、交通安全活動・安全教育を推進しました。  
【現在も活動中】





## 村長室から

先月の話題は、ごみの減量化とリサイクルでしたが、今月は私の減量化（ダイエット）と健康づくりについてです。

私ごとですが、体重が村長就任前と比べると、5 kgも増えました。おなか回りが窮屈になって、着られなくなった服も増えてきました。

よくよく生活習慣を振り返ると、この5年間、お酒の機会が増えても、運動はほとんどせず、家では食後のナッツ、せんべいも習慣化していました。

今、我が家の畑では、ブルーベリーの収穫も終盤を迎えています。毎週のように行う雑草取りや水やりなどの畑仕事だけでは、ダイエットの効果がないようです。

風呂場の前の鏡を見るたびに、昔はこんなふうではなかった！と、体のメンテナンスを怠ったこと、後悔しきりです。

高齢者の痩せすぎも良くないそうですが、このままどんどん太り続けることも健康によくありません。

そこで、先月から、道の駅に整備した「コラッシュエ」に通い、筋肉量を増やしながら、ダイエットに挑戦しようという取り組みを始めました。ダイエットの目標は、年内に5年前の体重まで戻すこと、5 kg減が今年の目標です。

家では、朝起きて、体重と体脂肪率を測定して、スマホアプリにデータ入力、夜には間食とお酒を極力控え、軽めの筋トレを行っています。

コラッシュエでは、ランニングマシンを少し上り勾配にセットして、30分間速めのウォーキングをしています。これでもじわっと汗が出て、225キロカロリーの消費、歩行距離は3キロです。そのあと、ソニックス音波振動マシンで10分間、体の調子を整え、最後は、ストレッチを15分程度行つて終了という簡単なメニューです。

コラッシュエでは、初めての方でもトレーナーに指導してもらえますし、充実した機器のほかフリーWi-Fiも配備されており、暑い夏でも寒い冬でも運動しやすい快適な施設です。

私は、スマホで好きな音楽を聴きながら、無理することなく、楽しみながら運動を続けています。

利用にあたり、一年間の定期券を購入しています。回数券の場合、毎回しつかりトレーニングしないとモチベーションが下がりますが、定期券だと、一日を軽めの運動で終えてもよし、毎日いつでも気楽に利用できます。

皆さんも、この暑い夏、快適なコラッシュエで健康的な汗を流しませんか！

皆さんのご来館をお待ちしています。

また、コラッシュエでは、みんなが楽しく運動できるよう、ご意見、ご要望もお待ちしております。

### 【「コラッシュエ」に関する問い合わせ】

教育課 生涯学習班

☎ 64-11491

syogai-gakusyuu@vil.sekikawa.lg.jp

## 保育園を統合します

下関・大島の二箇所の保育園を1つに統合し、令和6年度から新しい保育園を開園します。

施設は、現在の下関保育園を一部改修して活用します。

### 【統合理由】

- ▶ 園児数が減少し、1箇所で保育することが可能と見込まれるため
- ▶ よりたくさんの友だちや保育士と関わり、社会性の発達や豊かな人間理解等の成長が期待できるため

関川村の未来を担う大切な子どもたちの成長を育む場として、設備・体制の両面でより良い環境を整えていきます。

## 【新型コロナウイルス感染症】 村独自の給付を行います

新型コロナウイルス禍が長引く中、物価高騰に直面している低所得世帯と子育て世帯に対する村独自の支援策として、次の通り給付を行います。

### ▶ 住民税非課税世帯支援給付金

令和4年度の住民税非課税世帯に対し、1世帯につき3万円支給します。

### ▶ 子育て世帯支援給付金

0歳から高校生までの子と大学等に通う学生を持つ世帯に対し、該当する子1人につき3万円を給付します。

村外に住所を異動している場合も対象となります。

給付を受けるために必要な手続き等、詳しくは役場健康福祉課までお問い合わせください。

# 思い出に残る式にしたい

## 二十歳を祝う会実行委員会

満20歳の方を対象に「関川村二十歳を祝う会（以下、祝う会）」を8月15日（月）に開催します。

今回開催される祝う会の該当者は、平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれの50名です。



### 令和4年度関川村二十歳を祝う会実行委員

近 幹也さん  
(高 田)

渡邊 花さん  
(南赤谷)

加藤 遼太郎さん  
(下 関)



7月13日に、祝う会の実行委員会が開催され、式典スケジュールやアトラクションなどについて話し合いが行われました。

今年実行委員に立候補してくれた3名が思い出に残る会になるよう、心をこめてサポートします。

## 学生の夏休み帰省応援事業を実施します

村では、村出身の学生が安心して夏休みに帰省できるよう、新型コロナ抗原検査キットを無料で配布します。キットの配布を希望される場合は、以下の内容をよくお読みいただきお申し込みください。

- 対象者：県外に居住している関川村出身の学生
- 対象期間：令和4年8月1日～令和4年8月31日まで
- 配布数：1人につき2個（帰省前と帰省後の自己検査用）
- 費用：無料
- 使用方法：説明書に従い、各自で検査を行う
- 申込期間：令和4年7月25日～8月20日まで
- 申込方法：下記まで電話またはメールで申し込む

※メールでお申し込みいただく場合、次の情報を記載してください。

- ①氏名、②生年月日、③居住地（キットの送付先）、④電話番号（日中連絡のつく番号）、⑤学校名

※ウイルス量が少ないと検出できない場合があります。

本検査で陰性であっても、感染防止対策を徹底いただいた上での帰省をお願いします。

※成人式の対象者については、成人式の案内と併せて本検査についての案内を郵送しますので、電話・メールでお申し込みいただく必要はありません。

※対象者のご家族からのお申し込みも可能です。

●申込・問い合わせ先：関川村教育委員会 教育課 生涯学習班 ☎64-1491

メールアドレス：syogai-gakusyu@vill.sekikawa.lg.jp

# マイナンバーカードの交付申請書が再送付されます

マイナンバーカードの普及・促進のため、マイナンバーカードをまだお持ちでない方に、地方公共団体情報システム機構からオンライン申請用QRコード付きマイナンバーカード交付申請書が順次発送されます。

**令和4年9月末までにカードを申請した方は、最大で2万円分のマイナポイントをもらうことができます。**

この機会にぜひマイナンバーカードを申請しませんか。



**送付時期：**7月下旬から9月上旬頃までの間に順次発送

**対象者：**マイナンバーカードをお持ちでない方のうち交付申請を行っていない方  
ただし、次のいずれかに該当する方は、対象外となります

- (1) 75歳以上の方で、令和2年度または令和3年度に後期高齢者医療広域連合からマイナンバーカード交付申請書が送付されている方
- (2) 令和4年1月1日以降に出生または国外から転入された方  
(出生時または転入時に地方公共団体情報システム機構(J-LIS)から、個人番号通知書等と一緒に交付申請書が送付されています)
- (3) 在留期間の定めのある外国人住民の方  
(地方出入国在留管理局でマイナンバーカードの交付申請などについてお知らせをしています)
- (4) 配偶者からの暴力(DV)、ストーカー行為等、児童虐待及びこれらに準ずる行為の被害者として、住民票の住所と異なる居所情報を登録している方

**申請方法：**郵便、パソコン、スマートフォン等から申請できます。  
詳しくは、「マイナンバーカード総合サイト」または申請書に同封されるパンフレットをご確認ください。

最新情報・申し込みについて詳しくはこちらから

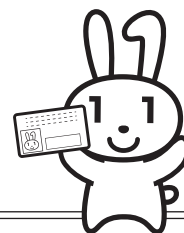


## 役場でも申請のサポートをしています

**【必要なもの】** 国から届く申請書(役場でも発行できます)  
本人確認できるもの(免許証や保険証など)

**【場所】** 役場1階住民税務課

**【時間】** 平日の午前8時30分～午後5時15分まで  
※第2・第4木曜日は午後7時まで(予約制)



**マイナンバーカードの申請・ポイントの申し込みはお早めに！**

その他、詳しくは村のホームページをご覧ください。か電話でお問い合わせください。

問い合わせ 役場 住民税務課 住民環境班 ☎64-1471



# 関川村の山を活かした活力に向けて

## 「せきかわにおける地域内エコシステムを考える会議」開催

村では、森林環境譲与税の財源を活用して、4月から木質バイオマスストーブ等の設置に対する補助事業を始めたほか、脱炭素社会の実現に向けた「推進本部」を5月に設立しエネルギーの地産地消に向けた取組を進めています。

7月15日、村内の森林資源を地域内で活用する「地域内エコシステム」の構築に向け、関係団体等が意見交換会を行いました。



会議では、富樫農林課長が「関川村の森林の現状と課題について」「せきかわにおける地域内エコシステムについて」情報提供を行い、その必要性とめざすべき将来像を共有しました。

出席者からは、取組への方向性には共感できるとしながらも、「だれが担うのか？」という各論に疑問が残り、今後の最大の課題となりました。

今後も、村主導で関連の情報収集を行い、実務者レベルにおけるワークショップなどを開催し、実現性のある仕組み作りを関係者で行っていきます。多くの方々からのご理解とご協力をお願いします。

### 地域内エコシステムとは…

集落や市町村レベルで、小規模な木質バイオマスエネルギーを利用し、森林資源を地域内で循環させる仕組み。

この取組によって、地域の森林資源を持続的に活用し、エネルギーを地産地消することで資金流出を防ぎ、地域の活性化を目指します。

## えぶり号の使い方



運行曜日 (祝日と12/29~1/3を除く)	月・木	下関・四ヶ字・霧出
	火・金	上関・七ヶ谷・九ヶ谷
	水・木	川北・女川・湯沢

下関の 停車場	関川診療所、佐藤内科小児科医院、せきかわ調剤薬局、関川歯科診療所、松村歯科
坂町の 停車場	原信、アコス、荒川中央クリニック、あらかわ歯科クリニック、佐野医院、上田眼科、県立坂町病院

時刻表	村 内 便				坂 町 便				
	行き (下関行)		帰り (自宅行)		行き (坂町行)		帰り (自宅行)		
	自宅発	下関着	下関発	自宅着	乗継場所発	坂町着	坂町発	乗継場所着	自宅着
	8:30	9:00	9:30	10:00	9:10	9:30	9:30	9:50	10:30
	10:00	10:30	10:30	11:00					
	11:00	11:30	11:30	12:00	11:40	12:00	12:00	12:20	13:00
	12:00	12:30	12:30	13:00	運行日以外でも乗継場所から坂町便に乗ることができます。 ・乗り継ぎ場所は、①役場、②荒川タクシー、③デイリーヤマザキ関川大島店の3か所です。 ・自宅から乗継場所までは、ご自身で移動してください。				
	13:00	13:30	14:30	15:00					
	15:00	15:30	15:30	16:00					
	16:00	16:30							

【片道料金】 村内便：回数券1枚 (300円相当)、坂町便：回数券2枚 (600円相当)

※現金でお支払いされる場合は、村内便500円、坂町便1,000円となります。  
 ・障害者手帳をお持ちの方とその同伴者、小学生は半額です。

【予約先】 荒川タクシー ☎64-1042 (前日までに電話予約が必要です)

利用日、便、氏名、世帯主名、住所、降りる場所、帰りの便の利用の有無をお伝えください。

【問い合わせ先】 役場 地域政策課 地域振興班 ☎64-1478

## 地域おこし協力隊 退任の挨拶

森林資源活用支援担当 青木 智義さん

令和元年8月から、森林活用の分野で活動していた青木智義です。関川に着任して、あっという間の3年間でした。

関川村の皆さんのおかげで、できることが少しずつ増え、にゃ〜むへキャットタワーやキャットウォーク、下関と大島の保育園に竹馬を作ってお贈りすることができました。木材・竹材加工品を通じて、皆さんと交流を深めることができましたと思います。



最終年は大石小動物園で木材加工をする時間を増やしました。動物たちのための活動もできたことは、周囲のみなさんの理解があったからこそです。

退任後は村に残り、大石小動物園で動物とのふれあい体験や乗馬体験などに携わります。

皆さん、ぜひ遊びにいらしてください！



## 園児たちが堤防を美しく彩る 花文字植栽「きれいなあらかわ」

6月21日、村内保育園の年長児27名が国道113号線沿いの荒川土手（辰田新地内）で河川愛護を呼び掛ける花植えを体験しました。



これは、羽越河川国道事務所の主催で、7月の河川愛護月間に合わせて行われたものです。

この日は、準備された真っ赤なベゴニア1200株を使って「きれいなあらかわ」という文字を表現。園児たちは羽越河川国道事務所の職員から説明を受けながら、一株ずつ丁寧に植えていきました。

園児たちが一生懸命植えた花文字は、秋ごろまで楽しむことができます。

## 関川村山の会から 杵差岳避難小屋看板寄贈

8月11日の山の日を前に、杵差岳山頂にある避難小屋の看板が新しくなりました。

これは避難小屋の看板が劣化し破損していたことから、関川村山の会の近壽太郎さん（幾地）が資材を提供し、会長の平田大六さん（小見）が題字を書き看板を作成。

関川村山の会は、登山道の草刈りや補修なども率先して行っており、行政だけでは手が回らない面での支援に村長から感謝の言葉が伝えられました。





## 伊藤 敏 行政相談委員 総務大臣表彰受賞



このたび、行政相談委員の伊藤 敏さん（下川口）が総務大臣表彰を受賞されました。

行政相談委員は、総務大臣から委嘱され、地域住民から国などの行政に関する意見・要望などを受け付け、助言や関係行政機関への通知を行っています。

現職の伊藤委員は、平成23年から約10年余りの精力的な活動が認められ、今回の受賞となりました。おめでとうございます。

## おめでとうございます 自治功労表彰(高齢者表彰)



大島 彦 吉さん  
大正11年6月27日生まれ

このたび、村のほう賞条例に基づき、自治功労表彰が行われ、満100歳の誕生日を迎えられた大島彦吉さん（湯沢）に表彰状と記念品が贈られました。

大島さんは、読書が好きだったそうで頭を使うことが長生きの秘訣とのこと。村長から手渡された表彰状をうれしそうに眺めていました。

村内の100歳以上は、大島さんを含め、7月22日現在で12名になりました。

7月16日、「せきかわ山の担い手育成講座」の第1回が開催されました。

この講座は、持ち山を適正に管理したい、里山の整備を自ら行いたいなど、山に関心のある村民を対象に、森林・林業の基礎知識と安全な山作業を習得させ、地域の豊かな山づくりに貢献する担い手を育成することを目的に村が委託し、関川村森林組合が開催したものです。

午前中の室内研修では、役場農林課の地域林政アドバイザーから講話と関川村の森林概要について情報提供がありました。



## 豊かな森を次代に残すために 山の担い手 育成講座



また、森林組合の平田澄人業務課長補佐（滝原）からは、刈り払い機やチェーンソーを安全に使うために必要な防護服などの安全装備品を実際に見せてもらったほか、午後から行われるチェーンソーを使った伐採方法とチェーンソーの刃の研ぎ方（目立て）など安全に山作業を行うための方法について説明がありました。



参加者たちは熱心に耳を傾けていました。

午後からは実際に森林組合が行っている伐倒作業を見学するため、大石地内へ移動。参加者は、作業の見学だけでなく、実際にチェーンソーを使った伐採作業や高性能林業機械の操作を体験していました。

第2回の担い手育成講座は秋に開催を予定しています。

# 学校からのお知らせ

今日は関川小学校からの紹介

## 「コンポスト」を使用したごみ減量化の体験学習

7月8日、4年生が、関川村住民税務課 住民環境班の稲家誠さんから、「コンポスト」を使ったたい肥づくりについて教えていただきました。稲家さんからは、冒頭、生ごみを燃やすと発生する二酸化炭素を減らす取り組みであることを教えていただきました。子どもたちは、お話を聞きながら「やってみたい」と興味をもち、真剣に説明を聞いていました。

実際は、各家庭で出た生ごみ1日300gを専用の「コンポスト」バックに入れ、かき混ぜます。これを夏休み期間中取り組みます。その後は、学校の畑の肥料として使用する予定です。

この活動を通して、子どもたちのSDGsに寄与する意識が更に高まることを期待しています。



## 学習参観日に「いじめストップ集会」を行いました

7月8日の学習参観時に、「いじめストップ集会」を行い、保護者の皆様にも参観していただきました。

はじめに、運営委員会の児童が、「ドッジボール時にパスしてもらえない児童がいる場面」と「オンラインゲームで弱いことをからかわれる場面」を劇にて問題提起しました。

その後、青空班で、「どう思ったのか」「みんなが仲良くするには、どうしたらよいか」等を話し合い、自分たちの考えをまとめました。

今回の「いじめストップ集会」を通して、いじめは絶対にしてはいけないことを再確認することができました。



## ありがとうございます 美化活動ボランティア

村のDX（デジタル・トランスフォーメーション）を担当する石川利一さんが在籍している株式会社アパナードの社員の方々が、7月16日、道の駅関川とその周辺の道路のごみ拾いなどの清掃活動を行いました。

この活動は今回初めて行われたもので、参加した方々は今後2回・3回と続けていけると話してくれました。



## 防災意識を高める 避難支援セミナー・防災講話

### 避難支援セミナー2022 in 関川

6月19日、新潟県と村が主催となり関川村村民会館アリーナを会場に開催されました。

このセミナーは、地域の防災力向上を目的に開催したものです。災害時の避難や高齢者・障害者などの自力での避難が困難な「避難行動要支援者」に対する避難支援について、新潟大学の田村圭子教授から講演していただきました。



### 蛇喰集落防災講話

7月4日に蛇喰集落で村の防災専門員が防災講話を行いました。

防災講話では、土砂災害の概要や避難のタイミングと避難行動について説明。出席した皆さんは、土砂災害の特性や避難のタイミングについて熱心に聞いていました。





# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## 保険料を忘れずに納めましょう

後期高齢者医療制度は、加入者一人ひとりから保険料を納めていただき、ケガや病気になった方を、高齢者を含めた社会全体で支える制度です。

皆さんから納めていただく保険料は、皆さんがケガや病気をしたときの医療費などを支払うための大切な財源となります。

これからも健全な医療保険制度を維持していくために、保険料は期限内に納めましょう。

## 保険料の納付に口座振替をご利用ください

### 【保険料を納付書で納めている方(普通徴収)】

納付書で納めている方は、口座振替にすると、保険料の納め忘れの心配や、納期のたびに金融機関に行く必要がなくなり大変便利です。

口座振替の手続きは、指定の **金融機関または健康福祉課の窓口** でお申し込みください。

### 【口座振替の手続きに必要なもの】

- 振替口座の預金通帳
- 通帳のお届け印
- 保険証

### 【保険料を年金から納めている方(特別徴収)】

年金から納めている方でも、手続きによって年金からの納付を中止し、口座振替による納付に変更することができます。

口座振替の手続きは、**健康福祉課の窓口** にお申し出ください。

※ご家族の口座からの納付に変更した場合、所得税や住民税の申告の際の社会保険料控除は、実際にご負担した方に適用されます。これによって、世帯全体の所得税や住民税の税額に影響が生じる場合がありますので、ご注意ください。

## 保険料の納付が困難な場合には…

- 健康福祉課の窓口では、納付相談をいつでもお受けしています。納付が困難な場合には、お早めにご相談ください。
- 火災などの災害にあったとき、失業や廃業によって所得が著しく減少したときなど、特別な事情により保険料の納付が困難となった場合には、申請により保険料の徴収猶予や減免を受けられる場合があります。
- 新型コロナウイルス感染症の影響によって事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入のいずれかが減少し、保険料の納付が困難となった場合も、申請によって保険料の徴収猶予や減免を受けられる場合がありますので、ご相談ください。

## 在宅医療・介護連携推進事業

在宅医療・介護連携事業とは、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、地域における医療・介護の関係機関が連携して、包括的かつ継続的な在宅医療・介護を一体的に提供することを目的としている事業です。

村では、県や保健所の支援のもと、医師会等と緊密に連携しながら、主に村上地域における「課題の抽出と対応策検討」、「切れ目のない在宅医療と介護の提供体制構築」、「住民への普及啓発」等の対応について協議しています。

での入院となった場合、本人、家族が人生の最期をどう迎えるか、とても悩むこととなります。治療内容にも異なりますが、本人、家族が希望すれば、医療・介護の関係機関と連携のもと、在宅での生活が可能な場合もあります。

地域包括支援センターでは、高齢者が住み慣れた地域で人生の最期まで自分らしい暮らしができるように、この事業の相談窓口を設置しています。また、地域の茶の間等における人生会議（A C P：アドバンス・ケア・プランニング）の講話、「もしバナゲーム」の紹介、DVDの貸し出し（厚生労働省作成）も行っています。お気軽にご相談ください。

## 健康講座

207

### 毎日の生活が介護予防！

坂町病院リハビリテーション科  
作業療法士

五十嵐 啓子

関川村の皆さん、こんにちは。暑い季節ですが、元気に過ごしてはいかがでしょうか。

今回は、日常の中でできる介護予防についてお話させていただきます。皆さんは1日にどれ位動いていますか？またはどんな活動をしていますか？ここ数年はコロナウイルス感染症拡大の影響により、外出もままならず過ごされていた方も多かったのではないのでしょうか。高齢者の方が居宅で過ごす時間が長くなると「動かない」状態が続いてしまいます。低栄養や運動不足などで、全身の筋肉量と筋力が減少・低下した状態をサルコペニアといいます。疲れやすい、立っているのがつらい、歩くスピードが遅い、歩幅が狭い、ペットボトルの蓋が開けにくいなどはありませんか？この状態が続くと転倒・骨折、身体機能低

下、嚥下障害、認知機能の低下等の健康障害のリスクが高くなってしまうます。ちょっとしたでも気になる方は普段の生活の中で予防してみたいかがでしょうか。

予防のポイントは①バランスの取れた食事②適度な運動③社会参加といわれています。ここでは生活の中でできるちょっとした運動をご紹介します。と思います。

(その1)朝の連続テレビ小説を楽しむ間、椅子の背もたれによりかからないよう意識してみる。(その2)歯磨き中やレンジで温め中に、流しや椅子につかまりながらかかとを上げ下げしてみる。これらは体幹の強化や下肢の筋力低下、転倒の予防にもつながります。

例えば家事をするにしても、

掃除だけで軽い筋トレになります。栄養バランスを考えて献立を考え、できあがりの時間を逆算して作業する料理は脳を活性化します。他にも好きなこと、楽しいことをして過ごす時間を作ることによって心身の健康維持につながります。興味・関心のある事は人それぞれ。好きな歌を聴く、唄う、本を読む、テレビを見る、散歩する、庭の手入れや畑仕事、仲間とおしゃべりをする、などなど。毎日行っている家事や趣味などが介護予防につながることを意識して取り組むだけでも効果は高まります。

関川村には温泉や自然、美味しいものが豊富にあります。そしてこの夏は3年ぶりに「大したもん蛇祭り」が催される予定とのことで、楽しみにしている方も多いのではないのでしょうか。日常の中で無理なく、心身ともに元気でこの夏を過ごしたいものですね。

\*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎62-3111



# 庄屋衆、上納金の延納を願い出る

「歴史とみちの館」所蔵・平田家文書を読む

（村歴史文化財調査委員 渡辺伸栄）

上関の共同墓地に、土を盛り上げた塚があつて、飢饉の死者を埋葬した所だと、子ども頃、聞いた記憶があります。一見、平和でのんびりした江戸時代ですが、実はそうでもありません。凶作による飢饉が度々起きています。

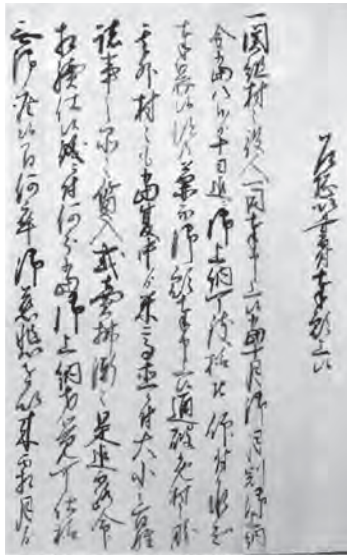
江戸時代の税金は年貢米が主ですが、その他にも各種税金があつて、時には、金銭で月割上納する税も課せられていました。

天保四（一八三三）年も大変な年でした。関東・東北を中心に、天候不順による凶作が数年続き、何十万人も死者が出ています。

その十月分の上納ができず、来月へ繰り延べしてほしいというお願いです。「この夏から米の値段が上がつて、凶作で年貢の率を下げてもらつた村も、そうでない村も、百姓は皆、持ち物を質に入れ、あるいは売り払い、ようやくこれまで露命をつないで来ています」と、凶作の影響がこの地にも及んでいることを訴え、それで、「今月の上納金を工面

写真の文書は、その年の十月、関組二十三ヶ村の庄屋が連名で水原代官所に出した上納金の延納願です。

できる余地はありませんので、何とぞお慈悲をもつて」と、切実なお願いです。この数年前から、全国各地で一揆などの騒動が起きています。



天保四年 上納金延納願(部分)



水原代官所

世情不安を背景に、村の窮状を訴えた庄屋衆、滝原善太夫、上野山九兵衛、小見平太郎、平内新平三郎、若山（他二村兼任）文四郎、和田平左衛門、朴坂弥惣右衛門、桂紋左衛門、大島太郎、幾地吉右衛門、辰田新、甚兵衛、下川口源次郎、上川口八郎右衛門、蔵田島勘三郎、久保（組頭）善五郎、鮎谷惣左衛門、金俣弥之助、沼（他二村兼任）七兵衛、八ツ口弥次右衛門、片貝惣兵衛、金丸武兵衛、上関伝蔵、下関渡辺三左衛門。今にながっている家も多いのではないでしようか。

（原文と解説は歴史館に展示）

## 川をよく知るゾー!

— 急な増水に備えて —

川で遊ぶ時には、急な増水に備え、遊ぶ場所近辺とその上流部の河川水位や降雨状況、土砂災害危険度をあらかじめ確認しましょう。また、現地では事前に危険な場所を確認し、雨が降り始めたり水かさが増えたりした場合は、すぐに避難してください。

問い合わせ  
新潟県河川管理課

☎ 025(280)5414

新潟県砂防課

☎ 025(280)5424



**チェック 川ではこんな場所に注意!**

淵は急に深くなっていることが多いので注意。

平瀬から早瀬にかけて、急に流れが速くなるので注意。

川に関する看板があれば確認しよう。

増水すると中州に取り残されるので注意。

注意!

**チェック こんなときはすぐに避難!**

雨が降り始めた時や注意報警報が出た時

水かさが増え、流水や落ち葉が流れる

雨が降っているのに、水かさが増える

山鳴りがする



国際ボランティア学生協会  
IVUSA 通信

●初夏トレが行われました！  
7月2日～17日に「初夏トレ」という新規入会者向けの研修が開催されました！

初夏トレとは、ボランティアに参加する上で必要となる知識やスキルを身につけるための研修です。今年はなんと約1000人も参加者が集いました！

初夏トレでは応急措置の方法を学びました。応急措置を「全員」が行える現場は心強く、安心感が増します！

今年の春から入った新入生たちは、社会問題解決を目指す熱意を持った学生の一人としての意識が生まれました！

初夏トレで学んだことは夏のボランティアで活かれます！  
他大学との交流もあり、楽しい研修となりました！！

●IVUSAが関川村へ…！

関川村への派遣、そして大したもん蛇まつりにIVUSAが参加させていただけることになりました！（予定）

2020年、コロナが流行してから活動がほとんど中止になり、関川村への派遣も行えないことが続きました。そして、私たちのつながりはこの「広報せきかわ」のみになっていました。

しかし、今回やっと関川村へのボランティアを再開することができます！IVUSAを知っている方も知らない方も、この機会にたくさん交流できればと思います！皆さんにお会いできることを楽しみにしています！

●IVUSA学生紹介●

●名前、大学、出身

よしなりまい  
吉成麻唯  
東京福祉大学  
東京都出身



●趣味

人と話すこと！

●最近取り組んでいること

皆がボランティアに参加するようになるといいなと思い、まずは自分が積極的に参加してみることになりました！あとは防災士の資格取ろうと思っています！

●活動に参加してみた感想

最近、太陽光発電のパネルの下で行われる農作業に参加することが多いです（ソーラーシェアリングといいます）。  
ふだん何気なく食べている野菜にどれだけの時間や労力がかかっているのか知ることができた活動でした。農業は辛いというイメージが強いと思うので、そこを払拭するためにはどうしたらいいか考えていきたいです。

●関川村・活動のイメージ

緑が豊かな所だなと思います。また東京に比べて地域の方々のつながりが近いのがいなと感じます。大学を卒業したらこんないい雰囲気のところに住みたいです！

村民会館図書室

## 図書室の窓から



夏本番を迎えた関川村。楽しいことがたくさん、ぜひたくさんのお本との出会いも楽しんでいただけたらと思います。みなさんの夏がすてきなものになりますように！

### 新潟県立図書館から本が届きました！

今年度も、県立図書館の本を500冊公民館図書室で借り受けました。子どもの読み物や、調べ学習に役立つ図書、終活や暮らしに役立つ本など手に取りたくなる本がたくさんありますのでぜひ図書室へおいでください。

○借受図書セット

- ・【児童向け】 図書賞受賞セット
- ・【児童向け】 調べものセット
- ・【児童向け】 科学セット
- ・【一般向け】 暮らしセット
- ・【一般向け】 いきいき終活セット (各100冊)



### 今月の図書館バス

21日(日)

虹色と汽車のメロディーが目印です♪

### 絵本の読み聞かせ おはなしの会

8月はお休みです。

次回は9月17日(土)です。  
お楽しみに！



毎週水曜日がお休みです。平日13時～17時15分まで、土・日・祝9時～17時まで開館しています。



# 大会結果

\* 敬称略

## 下越地区中学校卓球大会

- 期日 6月10日、24日、25日
- 会場 新発田市カルチャーセンター
- 成績
- 個人戦 —
- ▽ ベスト16 東 颯人 (3年・下関)

## 下越地区中学校柔道大会

- 期日 6月24日、25日
- 会場 胎内市総合体育館
- 成績
- 個人戦 —
- ▽ 準優勝 明石 朔季 (3年・下関)
- 個人戦 —
- ▽ 第7位 高橋 斗馬 (2年・大石)
- 個人戦 —
- ▽ 第3位 平田 光颯 (2年・上野新)

## 下越地区中学校ソフトテニス大会

- 期日 6月10日、24日、25日
- 会場 グリーンパークあらかわテニスコート、五十公野サンスポーツランドテニスコート
- 成績
- 個人戦 —
- ▽ 第3位 田村 柚葉 (2年・下土沢)、石井 凜 (1年・下関)
- ▽ 準優勝 関川中学校

## 第5回築地カップ

- 期日 7月2日
- 会場 胎内市総合体育館
- 成績
- ▽ 準優勝 関川B.B.C. Jr (スポ少バスケ)



## 戸籍の窓

● 6月16日～7月15日までの届出 ●

### すえながくお幸せに

{ 渡 邊 大 輔 さん 打 上  
(吉 田) 真 実 さん (田上町)

### ごめい福をお祈りいたします

鈴木 文雄 さん	88歳	下 関
平田ツヤ子 さん	68歳	辰田新
小池 ムツ さん	94歳	下 関
須貝 崇 さん	72歳	高 田
横山 浩 さん	56歳	上新保

広報に載せてほしくない方は届出の際、窓口にお申し出ください。

## 人の動き

令和4年6月末現在 ( )は前月対比

世帯数	1,863世帯(±0)
総人口	5,078人(-4)
男	2,450人(-1)
女	2,628人(-3)

( 転入 14人 転出 12人 )
( 出生 0人 死亡 6人 )

## 編集室から

▶ 関川村の8月といえば、「大したもん蛇まつり」。コロナ禍で今までどおりの開催とはいきませんが、無事開催できたらと思います。

▶ これから夏本番です。コロナウイルスだけでなく熱中症など体調には十分注意して、楽しい夏を過ごしましょう。(み)

▶ こちらは有料広告です

### PCドクター関川村店 8月新規オープン



- パソコン、スマホ出張サポートのお店です
- パソコン、スマホ 家庭教室始めました

料金表 (税込み) 関川村 出張費無料

- はじめの 30分 3000円
- 延長 15分 500円

量販店10年勤務のベテランが出張 [it.sekikawa.net](http://it.sekikawa.net)  
Tel.080-7797-0198 担当 五十嵐

(スマホのカメラで見てください)



# あなたに直撃



渡邊

花さん  
(南赤谷)

8月15日に行われる二十歳を祝う会の実行委員長として立候補した、渡邊花さんに話を聞きました。

### ①実行委員に立候補したきっかけは？

一生に一度の機会だと思ったからです。なかなかない機会ですし、地元に住いたので、何か協力できればと思い、立候補しました。

### ②どんな二十歳を祝う会にしたいですか？

お世話になった方々に成長した姿を見ていただきたいです。

中学校卒業から会っていない友だちにも会えると思うので、懐かしさを感じながらも、新たな思い出が皆の心に残るような会にしたいです。

### ③今、夢中になっていることは？

ネットショッピングです。コロナ禍になり、店舗に行く機会が減りネットショッピングをすることが多くなりました。服やメイク道具などをよく買っています。暇さえあれば、いろんなサイトを見てしまうので、買いすぎに注意したいです。

### ④成人を迎えての決意を教えてください。

大人としての自覚を持ち、責任ある行動をとるとともに、これまでお世話になった方々に感謝して、少しでも恩返しできるように頑張ります。

また、ご縁を大切に、今しかできないことを全力で楽しみたいです。

# なつり輝く☆せきかわっ子たち vol.126

今月は、スポ少ソフトテニスクラブの池田乃愛さん(右・6年・下関)と近梨里菜さん(左・6年・上関)を紹介します！

友だちと一緒に3年生からテニスを始めたという乃愛さん。お姉さんがスポ少のソフトテニスクラブに入っていたのをきっかけに小学校1年生からテニスを始めたという梨里菜さん。試合に勝ったときが一番うれしいという二人は、5月の大会で67組の中から勝ち上がり北信越大会に出場し活躍しました。

クラブでは優しく面白いムードメーカーのこと。

秋の大会に向けて、練習に励んでいます。



### ⑥ 将来の夢

乃愛さん 獣医  
梨里菜さん デザイナー

### ⑥ 指導者の木島先生から 乃愛さん・梨里菜さんへ

5月の大会は県ベスト8でしたが、県内外の良きライバルたちに恵まれて今ではベスト4以上も射程圏内です。初戦から自分たちのペースで試合ができるようにもっともっと強さを磨いてください。



目指せ学年別ベスト4!

# わが家の人気者

しゅうじ 修志くん(8歳)  
しょうご 将吾くん(5歳)

日下 康彦さん 絵美さん(打上)



畑仕事や洗車をよく手伝ってくれる修志。ユーモアがあり、いつも面白いことを言っていて家族を笑わせてくれる将吾。食欲旺盛、好奇心旺盛な2人にいつも元気をもたらしています。これからも2人の成長を見守っているよ。